

## ABSTRAK

Insomnia pada lansia umumnya terjadi berhubungan dengan kondisi fisik dan psikologis, dimana kondisi tubuh mulai rentan dan mental mulai tidak stabil. Banyak lansia yang tidak siap menghadapi perubahan-perubahan tersebut, sehingga menjadi beban pikiran dan berhubungan dengan kualitas tidur sehingga terjadi insomnia. Tujuan penelitian mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di posyandu lansia RW 03 Waru Sidoarjo.

Desain penelitian *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi semua lansia di RW 03 Waru Sidoarjo. Sebesar 64 orang, besar sampel 55 responden dengan probabiliti teknik *simple random sampling*. Variabel *independent* tingkat kecemasandan variabel *dependen* kejadian insomnia pada lansia. Instrumen menggunakan kuesioner. Uji statistik *Rank Spearman* dengan tingkat kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ).

Hasil penelitian dari 55 responden setengahnya (47.6%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan sebagian besar (47.6%) mengalami insomnia jangka pendek. Hasil uji *Rank Spearman*  $=0,000$  artinya ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di posyandu lansi adesaWadungasri RW 03 WaruSidoarjo.

Simpulan penelitian yaitu lansia yang mengalami tingkat kecemasan ringan mengalami insomnia jangka pendek. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan lansia dan pembaca untuk mengatasi kejadian insomnia pada lansia yang diakibatkan oleh kecemasan. Dan lansia di harapkan agar dapat mengurangi kecemasan yang menyebabkan insomnia dengan cara berfikir positif atau melakukan kegiatan yang positif.

**Kata Kunci : Tingkat Kecemasan, Kejadian Insomnia, Lansia**